ROSA-CRUZ DE ORO



PRO INTEGRAL MEJORAMIENTO HUMANO

TIP COLON-BOGOTA

FRATERNIDAD ROSA-CRUZ ANTIGUA

REVISTA DE CIENCIA ROSA-CRUZ
ORGANO DEL CENTRO ROSA-CRUZ DE BOGOTA - COLOMBIA
Director: ISRAEL ROJAS R. — Apartado 1416.

Año XIII — JUNIO 1953 — Nº 38

Tarifa Postal Reducida - Licencia No. 1345 del Ministerio de Correos y Telégrafos

GRECIA LA INMORTAL

La inmortal Grecia, legó a la cultura occidental, principios sociológicos, filosóficos y morales que deben ser convertidos en realización social, si el mundo quiere salir del caos en que se halla sumido.

La pérdida de armonía en el arte, ha creado el caos en todas las cosas.

Nadie comprende la trascendencia del arte. ni las huellas que deja en la conciencia de los seres, y los resultados de tales impresiones. Si escuchamos buena música inmediatamente surgen en nuestra mente ideas de perfectibilidad, de grandeza. de armonía y de fraternidad; en cambio, si escuchamos los ruidos de la música africubana, inmediatamente las imágenes de la erótica. los deseos de venganza. las pasiones de la envidia y del odio afloran en nuestro sér psíquico. convirtiéndosen en tendencias vulgares y modos absurdos de ser.

De tal suerte que el arte viene a crear modelos arquetípicos, sobre los cuales se estructuran pensamientos, que se convertirán en actos.

He ahí lo que la humanidad debe comprender. y los intelectuales deben acentuar en todos sus escritos, para que estas ideas salven y rediman la conciencia popular.

Todos los intelectuales que piensan y actúan como tales, lanzando ideas, son absolutamente responsables de las conse-

cuencias de las mismas; el hombre es un sér creador, para el bien o para el mal; si sus creaciones están inspiradas en lo bueno, en lo verdadero y en lo bello, como nos enseñara el insigne filósofo griego Platón, todo el mundo marcharía a esos acompasados ritmos, yendo de lo bueno a lo mejor, y de lo mejor a lo óptimo.

Platón sintetiza la perfectibilidad del ideal griego de la belleza, de la armonía, y sobre todo de lo bueno en el sentido absoluto del término.

El arte griego, expresión viva de la armonía de los contrarios, representa el sumum de la belleza convertida en forma.

El permanente deseo de sutilizar la capacidad pensante en el terreno filosófico, produjo una capacidad excepcional en el pensamiento de la raza en aquellos tiempos, de tal modo que las formas idealizadas y elevadas de la filosofía, que el mundo occidental repite en sus escritos, tuvieron fundamento en el genio sutil y penetrante de aquellos sabios de esa bendita edad de oro.

Culto a la Belleza, culto a la Verdad, y culto al Bien.

He ahí la síntesis de la sabiduría y pensamiento griegos.

Si el culto a la Verdad, se hiciera vigente, la humanidad daría un paso gigantesco en el mejoramiento de las relaciones colectivas.

Si la humanidad rindiera culto a la Belleza, y los artistas se inspiraran en la armonía, nuevas ideas de engrandecimiento y de perfectabilidad surgirían en el corazón humano.

Si el culto al Bien se impusiera como norma, rápidamente la humanidad saldría de la encrucijada en que se halla, confusión funesta que sacrifica las nobles aspiraciones y convierte al mundo en un dantesco infierno.

Las juventudes debieran compenetrarse del sentido que la cultura griega dejó para bien del mundo.

Los griegos no eran poleteístas, como las gentes comunes

suelen imaginarse; una sola deidad, un solo espíritu era para ellos la realidad fundamental de todas las cosas: pero, sabían representar cada enrgía de la naturaleza encarnándola en un dios olímpico, para mejor comprenderla y estudiarla en sus diferentes aspectos: Marte por ejemplo, era el dios de la acción, el dios de la lucha, es decir, la encarnación del poder que energiza la actividad.

Mercurio en el dios de la elocuencia, de la medicina y del comercio. Esta deidad olímpica lleva alas en los pies y en la cabeza, para indicar que la actividad de la mente o inteligencia, pone rapidez y movilidad en la actividad de los pies; con un clisé de esta deidad olímpica adornamos la tapa de esta entrega de nuestra Revista; también el dios Mercurio representa la objetividad del movimiento de las energías creadoras, y la vuelta a su origen para los fines de la sublimación y crecimiento, de allí también en su sentido esotérico el valor de las alas en los pies, símbolo de la tierra, y en la cabeza símbolo del cielo primordial.

Venus encarna el poder del Amor, inspirador del Arte y de la Belleza.

Júpiter, Rey de Olimpo, llevando el fuego conducido por el movimiento del aire, es la representación viviente del interno Ego creador.

Cada una de las deidades hace posible estudiar una energía de la naturaleza y un poder del Logos: por ello, recomendamos a los estudiantes de lo trascendental estudiar Mitología, porque ella es en realidad de verdad, un modo de representar en una figura o mito, un poder del Logos.

Rindamos culto a los sabios griegos, no en pasiva adoración, sino en el activo interés de profundizar su pensamiento y su cultura, para revivir aquella edad y contribuír así eficazmente a la salvación del mundo.

Estudiar a Platón, es conocer el más elevado pensamiento de la cultura griega.

NECESIDAD DE OBEDECER A LAS LEYES NATURALES

Hay un orden evidente en el mundo. El sol nunca deja de salir. Invariablemente, la noche sucede al día, y la primavera, al invierno. La luna sigue siempre el mismo ciclo. Lo mismo que los seres inanimados. los seres vivientes están construídos de cierta manera. Tienen entre sí relaciones definidas. La vida se acomoda al medio cósmico, y el medio cósmico a la vida. Las cosas que se encuentran sobre la tierra y en el cielo provienen de la combinación de menos de cien elementos. Aunque infinitamente numerosas, están todas emparentadas y cada una de ellas se comporta del modo prescrito por su estructura. La naturaleza no puede tener caprichos.

La existencia de estos hechos fue, desde la más remota antigüedad, presentida por los hombres. Mucho antes del alba del pensamiento estoico, Heráclito tenía ya la concepción de un orden del universo, y de la necesidad de someterse a él. La creencia en la uniformidad esencial de la realidad, engendró la ciencia. Toda investigación comienza por un acto de fe en el ordenamiento racional de la naturaleza. Y el inmenso éxito de la ciencia ha probado que, lejos de ser una superstición, tal creencia constituía una intuición profundamente exacta de la estructura del cosmos. La ciencia ha podido desarrollarse porque el cosmos ignora la fantasía. Y la ciencia ha revelado poco a poco al hombre los modos de ser del mundo inanimado y, en cierta medida, del mundo viviente. Primeramente, con Aristóteles describió y clasificó los fenómenos. Después, de cualitativa. pasó a cuantitativa. Con Galileo, Newton, Lavoisier, entró en la plenitud de su fuerza.

Poco a poco ha deducido la uniformidad que se oculta en la complejidad de las cosas. Ha llegado a descubrir la existencia de relaciones constantes entre los fenómenos que varían. Esas relaciones son las leyes naturales: leyes de la ma-

teria, de la vida, del pensamiento. Las leyes de la vida y del pensamiento se hallan lejos de tener la simplicidad de las de la materia inerte. No han podido todavía expresarse, como estas últimas, en lenguaje matemático. Sin embargo, el leucocito al alargar sus seudópodos hacia la bacteria, el recién nacido que lanza vagidos y el sabio que experimenta en su laboratorio, no son afectos de un capricho de la naturaleza como tampoco lo son la oscilación de las mareas oceánicas, el viento que barre la llanura o el alud que retumba en el flanco de la montaña. Cuando se les interroga con los métodos de la ciencia, todos esos fenómenos testimonian, tanto los unos como los otros, el orden inmanente de las cosas.

Las leyes naturales difieren profundamente de las leyes hechas por los hombres. Las primeras nacen de un descubrimiento, y no, como las segundas, de una invención. Como el manantial que cae en el fondo del pozo, preexisten al descubrimiento. El código civil o el código de justicia militar, son compilaciones de preceptos. Las leyes naturales expresan la estructura misma de las cosas. Constituyen el aspecto funcional de dichas cosas. Por ejemplo: El ojo tiene la función de proyectar la imagen de los objetos exteriores sobre la prolongación del cerebro que se insinúa en él. Estructura y función representan dos aspectos de un solo y mismo objeto. Las leyes naturales son inmanentes a los seres inanimados y vivientes. Si el universo tiene como substrato una inteligencia creadora, esas leyes nos revelan un aspecto de dicha inteligencia. El mundo es como el cuerpo de Dios, pensaba Marco Aurelio. Las leyes humanas, por el contrario, son exteriores a los objetos. No son sino convenciones sociales, frágiles productos de nuestra razón. Lo que es legal en un país, no lo es necesariamente en otro. Habrás de llevar tu derecha, prescribe en Francia el código de la circulación. Habrás de llevar tu izquierda dice en Inglaterra. Ante estas leyes, todos son iguales. El rico y el poderoso se sustraen sin dificultad a su imperio. Por el contrario, las leyes naturales son universales e inexo-

rables. En todo el país, sin excepción, nadie puede desobedecerlas impunemente. Nunca advierten a quienes las transgreden: el castigo es tan silencioso como el precepto.

Algunos días del año, la asamblea de Atenas acometía la labor de revisar las leyes. Porque las convenciones sociales son siempre transitorias. Las leyes naturales, por el contrario, son eternas. Han existido desde el origen del universo y durarán tanto como el universo dura. La velocidad de la luz jamás cambiará. Ante la ley de la gravedad, los hombres son iguales. Siempre nos será imposible caminar por nuestros propios medios sobre el agua, o elevarnos espontáneamente en el aire. Mientras la luna gire en derredor de la tierra, se producirán las mareas. Nada impedirá que una reacción química duplique su velocidad cada vez que la temperatura se eleve en diez grados centígrados. Hoy, lo mismo que hace cien mil años, el glicógeno se transforma en ácido láctico en el músculo que trabaja. Y cuando ese músculo llega a ser ácido, sobreviene la fatiga. Siempre será cierto que una caloría equivale a cuatrocientos veinticinco kilográmetros. Igualmente, las leyes de la herencia son invariables. Los locos y los deficientes mentales no dejarán de ser engendrados por locos y los deficientes mentales. Los tejidos de los seres humanos están hechos de tal suerte que se deteriorarán siempre bajo la influencia del alcohol. Las leyes naturales no constituyen, pues, como el Código Civil, un aspecto contingente de la realidad. Son un aspecto necesario de todo lo que existe en derredor de nosotros y en nosotros mismos.

El conocimiento de dichas leyes permite predecir los fenómenos o provocar a voluntad su aparición. Por esa razón, la naturaleza ha dado al hombre el dominio de la tierra. Pero el orden no se manifiesta en toda la naturaleza con claridad uniforme. Nuestro espíritu está lejos de penetrar con la misma facilidad en cada uno de los terrenos de la realidad. Sobresale en el descubrimiento de los secretos de la materia inerte y en la construcción de abstracciones matemáticas. Pero com-

prende mal los fenómenos de la vida, porque le gusta la simplicidad, y la vida es infinitamente compleja. Y por eso, la mecánica, la física y la química están incomparablemente más adelantadas que la fisiología, la psicología o las ciencias sociales. Conocemos mejor los átomos y las estrellas que nuestro espíritu.

Las leyes naturales tienen una gran jerarquía. En la cumbre se encuentran las que expresan una uniformidad completa en el comportamiento de las cosas. Por ejemplo: la ley de la gravitación, la de la conservación de la masa, y las dos leyes de la conservación y de la degradación de la energía. Más abajo se encuentran las leyes biológicas, como las de la adaptación y las de la herencia. Estas leyes se hallan lejos de haber alcanzado el grado de abstracción, de precisión y de belleza de las leyes físicas que se definen por medio de fórmulas algebraicas. No expresan sino las tendencias de ciertas actividades corporales, y solamente así es como deben ser consideradas.

Las leyes de la psicología son más imperfectas todavía. Sin embargo, los modos de ser de la razón o del sentimiento desempeñan en el mundo un papel tan esencial como la ley de la gravitación, porque caracterizan la mayor y más misteriosa energía que existe sobre la tierra: la energía espiritual. En el grado inferior de la jerarquía están las leyes de la sociología. Muchas de esas leyes no son más que suposiciones, porque la sociología es aún, una ciencia conjetural. Estamos, pues, lejos de conocer con igual certeza todas las partes de lo real.

La predicción de los fenómenos no se lleva a cabo con completa seguridad sino en el terreno de la física o de la química. Sabemos, sin posibilidad de error, en qué momento se producirá el próximo eclipse de sol. Y lo que ocurrirá si ponemos en presencia del ácido sulfúrico el carbonato de calcio. Pero no podemos determinar por adelantado la época de la

muerte de un individuo cualquiera, o la influencia de la derrota o de la victoria sobre el porvenir de una nación.

Quizá la inteligencia humana no haya alcanzado todavía el período de evolución en que llegue a ser capaz de captar lo real en la multiplicidad de sus formas. Quizá también sea suficiente emplear mejores y más pacientes métodos para que las leyes naturales se nos revelen con igual claridad en todos los terrenos. Pero nuestra ignorancia no debe incitarnos a creer que el orden no se extiende sino sobre una parte del mundo.

El éxito de la vida moral o social depende, sin duda, de reglas tan definidas aunque más complejas que las de la mezcla de los gases o de la propagación de las ondas luminosas. Sus reglas las ignoramos todavía.

Es preciso no olvidar que nuestros antepasados sentían la presencia de un orden del universo, pero que nunca descubrieron sus leyes. Nosotros, los modernos, hemos encontrado las leyes de la física, de la química y de la fisiología. Quizá seguiremos siendo siempre incapaces de formular esas leyes de las relaciones humanas, cuya existencia suponemos hoy. En esta lenta ascensión hacia la luz, el espíritu no adquiere sino poco a poco la fuerza para captar los mecanismos obscuros de la armonía del mundo.

Alexis Carrel.

LA SINCERIDAD ANTE TODO

Apreciada hermana: Acabo de recibir su hermosa esquela. Resulta, a veces, buena disciplina verse forzado a trabajar por el trabajo mismo, aun hasta el punto de no poder disfrutar de los frutos de su labor. Me complacen mucho sus críticas y no las lamento en lo más mínimo. El otro día en casa de la señorita T. tuve una viva discusión con un caballero presbiteriano, quien, como de costumbre, se acaloró, enojó e insultó. Sin embargo, más tarde, fui severamente reprendido por la señora B. por ello; porque esas cosas obstaculizan mi trabajo. Parece que usted opina lo mismo.

Me place qu me escriba usted sobre ello ahora, porque he reflexionado mucho sobre el asunto. Yo no lamento, en absoluto, estas cosas. Quizás eso le disguste a usted, puede ser. Yo sé perfectamente bien cuánto conviene para la situación mundana que uno se haga agradable... Hago todo lo que puedo para serlo, pero cuando para ello debo transar con la verdad interna, me detengo. Yo no creo en la humildad; creo en "samadarshitvam"; el mismo estado mental respecto a todos. El deber del hombre ordinario es obedecer los mandatos de su "dios"; o sea, la sociedad; pero los hijos de la Luz nunca lo hacen así. Esta es una ley eterna. Uno se acomoda al medio ambiente y a la opinión social y lo obtiene todo de la sociedad, que para él es la dadora de todo lo bueno. Otro permanece solo y eleva a la sociedad a sí. El hombre acomodaticio encuentra una senda de rosas; el no acomodaticio encuentra una senda de espinas. Pero los adoradores de la "Vox populi" llegan muy pronto a la aniquilación; los hijos de la verdad viven **eternamente.**

Comparo la verdad a una substancia corrosiva de poder infinito. Dondequiera caiga, se abre camino quemando; si la substancia es blanda, de inmediato; si es duro granito, poco a poco; pero ha de quemarlo. Lo escrito, escrito está. Lamento

muchísimo, hermana, no poder hacerme agradable y acomodaticio a toda negra falsedad. Pero no puedo. He sufrido por ello toda mi vida; pero no puedo. He procurado y probado; pero no puedo. Por fin lo he dejado. El Señor es grande. El no permitirá que me vuelva un hipócrita. Ahora dejemos que salga lo que esté dentro. No he encontrado la manera de agradar a todos, y no puedo ser sino como soy, fiel a mí mismo. "La juventud y la belleza se desvanecen, la vida y la riqueza desaparecen, el nombre y la fama se esfuman, hasta las montañas se vuelven polvo. La amistad y el amor se desvanecen, sólo la verdad perdura". ¡Dios de la Verdad, sé Tú mi único guía! Soy demasiado viejo para convertirme en leche y miel; dejadme permanecer tal cual soy. "Sin temor, sin mercantilismo, sin preocuparte por el amigo ni por el enemigo, mantente en la verdad, sannyasin, y desde este instante abandona este mundo y el siguiente y todos los que han de venir. con sus gozos y sus vanidades. Sé tú, verdad, mi único guía". No ambiciono riqueza, ni nombre, ni fama, ni gozos, hermana, ellos son polvo para mí. He querido ayudar a mis hermanos. No tengo **tacto para ganar dinero**; el Señor sea bendito. ¿Qué razón hay para conformarme a los caprichos del mundo y no obedecer a la voz de la verdad interna? La mente es todavía débil, hermana, ella, a veces, se aferra mecánicamente a la ayuda terrena. Pero no tengo miedo. El miedo es el pecado más grand.e según enseña mi religión.

La última controversia con el sacerdote presbiteriano, y la larga lucha después con la señora B. me hicieron ver, claramente, lo que dice Manú al sannyasin: "Vive solo, marcha solo". Toda amistad, todo amor, es sólo limitación. Nunca hubo amistad, especialmente de mujeres, que no fuera exigente. ¡Oh, grandes sabios!, vosotros teníais razón! ¡Mantente tranquila, alma mía; quédate sola!, y que el Señor sea contigo. !La vida no es nada; la muerte es una ilusión! ¡Todo esto no es; sólo Dios es! ¡No temas, alma mía, quédate sola! Hermana, el camino es largo, el tiempo es corto, la noche se acerca. Debo

llegar pronto a casa. No tengo tiempo de pulir mis modales. No encuentro tiempo para transmitir mi mensaje. Ustedes son tan buenos y amables; lo haré todo por ustedes, pero no se enojen, los veo a todos como niños.

¡No sueñes más! ¡Oh, no sueñes más, alma mía! En una palabra, tengo un mensaje que dar; no tengo tiempo para hacerme agradable al mundo; cada intento de ser agradable me convierte en hipócrita; moriré mil veces antes de llevar una existencia de medusa y ceder a cada demanda de este mundo necio; no importa sea en mi propio país o en el extranjero.

Está usted equivocada, completamente equivocada si cree que tengo un trabajo, como la señora B. cree; yo no tengo trabajo bajo el sol ni más allá. Tengo un mensaje y lo daré a mi manera. No haré mi mensaje hinduísta, ni cristiano, ni le daré forma mundana alguna; le daré mi forma, y eso es todo. Libertad, mukti, condensa toda mi religión, evitaré luchando o huyendo todo cuanto trate de torcerla. ¡Bah, tratar yo de apaciguar a los sacerdotes! Hermana, no tome esto a mal. Ustedes son criaturas, y las criaturas se han de someter a ser enseñadas. No han bebido, todavía, en la fuente que vuelve a la razón, desrazonable; al mortal, inmortal; a este mundo, cero; y al hombre, Dios. Desentiéndase, si puede, de esta red de necedades que éllos llaman **mundo.** Entonces la llamaré verdaderamente valiente y libre. Si no puede, aliente a los que se atreven a arrojar al suelo a este falso dios, la sociedad, y pisotear su redomada hipocresía; si no los puede alentar, ore, guarde silencio, pero no trate de arrastrarlos al abismo, impulsándolos a esas necedades de **transar** para volverse fino y agradable.

Odio a este mundo, a este sueño, a esta horrible pesadilla, con sus iglesias y chicanerías, sus libros y tunantería; sus bellos rostros y falsos corazones, sus aullidos de rectitud en la superficie y completa vaciedad por debajo, y sobre todo, su mercantilismo santificado. ¡Qué, medir mi alma de acuerdo con lo que dicen los siervos del mundo! ¡Bah!, hermana, us-

ted no conoce el sannyasin. "El está en la cabeza de los Vedas", dicen éstos, porque está libre de iglesias, sectas, religiones, profetas, libros y de toda esa ordinariez.

Misionero o no misionero, deje que aúllen y me ataquen con todo lo que puedan; los tomo como dice Bhartrihari: "Sigue tu camino, sannyasin. Algunos dirán: ¿Quién es este loco? Otros, ¿quién es este chandala?; otros sabrán que eres un sabio. Alégrate de este parlotear de los mundanos. Pero cuando te ataquen, sabe que el elefante, al cruzar el mercado es acosado siempre por los perros; pero él no les hace caso, sigue derecho **su propio camino.** Así ocurre siempre, cuando aparece una gran alma, son muchos los que la acosan con sus ladridos".

Dios los bendiga siempre a todos y los saque pronto de esta gran farsa, ¡el mundo! Que nunca se dejen fascinar por esta vieja bruja, el mundo! ¡Que Shankara les ayude! ¡Que Uma les abra la puerta de la verdad y les quite sus ilusiones!

De usted con cariño y bendiciones,

VIVEKANANDA.

EL ANGEL DE LA GUARDA

Un ángel castigado me guarda y me conduce
librándome del Bién

Habíamos perdido los caminos del cielo.
Y Dios era yo mismo, pugnado por saber.

Por nuestro orgullo, un día seremos perdonados,
el ángel me decía, nimbándome la sién.

Fáciles fueron todas las cumbres del ascenso,
más vana fue la gloria e inútil el laurel.
Hallé que en toda cumbre sólo aguarda un abismo,

y era allí en el abismo donde estaba el placer.
El ángel descendía llevándome en sus alas,
y fuimos malos, malos; acaso sin querer.

Los ángeles caídos nos vieron una noche
llegar al aquelarre en busca de la fe.
Bendito sea el pecado que todo nos lo ofrece!
—aullaban las diablesas rezando a Lucifer—
Hervía en los brevajes la duda milenaria,
la noche metafísica ardía en el quinqué.
Y entre un acoplamiento de brujas y de arcángeles
se erguía la serpiente. Y se hizo la Mujer.

Amando mucho, un día seremos perdonados,
el ángel me decía. Y el Mál era un edén.

La locura de todas las ciudades malditas
volvía en nuestros ojos eufóricos a arder.
Del árbol de los Males las pomas se caían
sobre la tierra en fuego para calmar la sed.
Saturno con su anillo desposaba las vírgenes,
y en cada grito un alma perdió su doncellez.
El ángel descendía llevándome en sus alas,
y fuimos tristes, tristes; sin comprender por qué

Mas tras de haber jugado la túnica de Cristo
para ceñir de púrpura un cuerpo de mujer,
una mujer llorando nos contempló una tarde

llegar hasta su llanto en busca de la fe
Llorando mucho, un día seremos perdonados,
el ángel me decía. Y el llanto era ya el Bien.

Tembló toda la tierra con la primera lágrima.
Y había en nuestros labios una oración de hiel.
El ángel ascendía llevándome en sus alas,
y fuimos buenos, buenos; acaso sin querer.

Compendiará mañana mi grito un universo:
Luzbel... Luzbel... Luzbel!
Han vuelto a ser azules
tus alas otra vez.

ALBERTO ANGEL MONTOYA.

SALUD INAPRECIABLE TESORO

La frase que sirve de tema a este artículo, se ha pronunciado una y mil veces y otras mil, hasta millones, por los labios humanos, pero nunca se le da la trascendencia e importancia que en ella se expresa.

La salud es el más importante de los tesoros que puede poseer el ente humano, porque sin ella todos los demás valores pierden su sentido e importancia; sin embargo, las gentes no le dedican a ella, el cuidado, la atención y la meditación necesarias, no para que se conviertan en obsesos de la idea, sino para que conozcan el pro y el contra de su fisiología, de sus funciones orgánicas y así puedan atender debidamente lo que a ella se refiere.

Lo más importante para la conservación de la salud es una completa y perfecta asimilación, como eliminación de los residuos de la digestión.

Dos buenas comidas hace el sér humano diariamente, almuerzo y comida, y cada una de ellas deja sus correspondientes residuos, los que deben ser eliminados oportunamente, pues de lo contrario esas escorias se reabsorben e intoxican la sangre, y con ella todos los órganos del cuerpo, resultando las múltiples enfermedades catalogadas, las cuales realmente tienen su razón de ser en el imperfecto proceso digestivo.

En cada 24 horas el organismo debe realizar dos evacuaciones, de lo contrario la salud no podrá ser completa.

Las gentes deben ser conscientes por observación directa, para saber cuáles son los alimentos que mejor convienen a cada uno, y los inadecuados. Este problema es de rigurosa observación personal.

El hígado es el órgano motor del más importante de los procesos orgánicos, o sea el que venimos tratando, de asimilación y eliminación. Veamos la importancia del hígado y sus

características actividades: el hígado es la glándula más voluminosa del organismo. Su tejido es reticulado, salpicado de numerosas granulaciones denominadas lobulills hepáticos. Está situado a la derecha del estómago, al que cubre en parte. Tiene un color rojo vinoso debido a la presencia de numerosos vasos sanguíneos, y su superficie dividida en cuatro lóbulos. Uno de sus productos de secreción, la bilis, sale del hígado por el conducto hepático y se almacena en la vesícula biliar. Llegado el momento de su actividad, sale de la vesícula por el conducto cístico y pasa al canal colédoco, que la vierte en el duodeno. Además de intervenir en la digestión, el hígado tiene las funciones glucogénica, antitóxica, hematolísica, marcial y hematopéyica.

La función glucogénica consiste en apoderarse del exceso de glucosa que ingiere el organismo, deshidratarla, vale decir, convertirla en glucógeno (forma en que ocupa menos volumen) y retenerla para volverla al torrente sanguíneo cuando el organismo la necesite.

La función antitóxica la realiza reteniendo los venenos metálicos y las toxinas producidas por el mismo organismo o por gérmenes ingeridos por él.

Las funciones hematolísicas y marcial las cumple, la primera destruyendo los glóbulos rojos envejecidos, y la segunda, separando de ellos el hierro que éstos contienen.

La función hematopéyica, la efectúa al formar glóbulos rojos para reponer los que se destruyen.

Para que este órgano maravilloso, pueda cumplir a cabalidad tan extraordinarias funciones, es indispensable darle los alimentos que contengan las sales, proteínas y vitaminas que él requiere.

Sin entrar en pormenores, no indispensables en este artículo, podemos decir que, al hígado hay que darle proteínas, las cuales se consiguen u obtienen fácilmente comiendo buen queso, yemas tiernas de huevo, y en las almendras en general.

El hierro se adquiere comiendo legumbres, estando a la cabeza de ellas, la espinaca, los berros, y el repollo.

El fósforo lo poseen también las hojas de las legumbres. y es abundante en el queso.

El calcio, lo posee también en abundancia el queso conservado.

En síntesis: para que el hígado marche bien, es indispensable comer queso, yemas tiernas de huevo y legumbres en buena cantidad.

Las pasiones o fuertes emociones, alteran también el funcionamiento de este órgano, de tal suerte que la salud requiere alimentación correcta y pensamientos edificantes, creándose una armonía interior.

La salud, tiene que reunir en paralelismo factores de orden psíquico y físico: psíquico, educación interna, para un equilibrio moral, el cual se obtiene, estudiando aquellas obras de sano optimismo que crean un estado moral elevado, y luego, aprendiendo a masticar bien los alimentos, porque de la masticación e insalivación correctas, depende el buen éxito de la perfecta asimilación y excreción.

La química, no cura, la bioquímica, o sea la combinación de las sales minerales interpenetradas por el cuerpo vital de las plantas, son las que verdaderamente nutren, sanan y fortalecen.

Estudie usted Botánica, en pro de su salud y bienestar.

NOTA: Esta Revista se publica con cooperaciones voluntarias y se distribuye gratuitamente.

ROSA-CRUZ DE ORO



PRO INTEGRAL MEJORAMIENTO HUMANO

TIP COLÓN-BOGOTA